



**GAMBARAN PERILAKU UPAYA PENCEGAHAN
HIPERTENSI PADA REMAJA DI SMP NEGERI 1
BANDUNGAN KABUPATEN SEMARANG**

SKRIPSI

Oleh
RARAS SIDOASIH
020118A047

**PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

2022



**GAMBARAN PERILAKU UPAYA PENCEGAHAN
HIPERTENSI PADA REMAJA DI SMP NEGERI 1
BANDUNGAN KABUPATEN SEMARANG**

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana

Oleh

RARAS SIDOASIH

020118A047

**PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO
2022**

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi berjudul :

GAMBARAN PERILAKU UPAYA PENCEGAHAN HIPERTENSI PADA REMAJA SMP DI SMP NEGERI 1 BANDUNGAN KABUPATENUPATEN SEMARANG

Disusun Oleh:
RARAS SIDOASIH
020118A047

**PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

telah diperiksa dan disetujui oleh pembimbing serta telah diperkenankan untuk diujikan.

Ungaran, 26 April 2022

Pembimbing



Ita Puji Lestari, S.KM., M.Kes
NIDN.0617038801

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi berjudul :
**GAMBARAN PERILAKU UPAYA PENCEGAHAN
HIPERTENSI PADA REMAJA DI SMP NEGERI 1
BANDUNGAN KABUPATEN SEMARANG**


Disusun Oleh:
RARAS SIDOASIH
020118A047

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi Program Studi Kesehatan
Masyarakat, Fakultas Kesehatan, Universitas Ngudi Waluyo, pada :

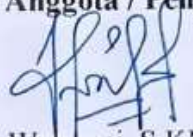
Hari : Rabu
Tanggal : 08 Juni 2022

Tim Penguji :

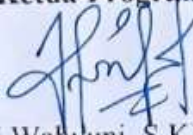
Ketua/Pembimbing


Ita Puji Lestari, S. KM., M.Kes
NIDN. 0617038801

Anggota / Penguji 1


Sri Wahyuni, S.KM., M.Kes
NIDN. 0613117502


Ketua Program Studi


Sri Wahyuni, S.KM., M.Kes
NIDN. 0613117502

Anggota / Penguji 2


Kartika Dian Pertiwi., S.K.M., M.Kes
NIDN. 0631039202

Dean Fakultas


Eko Susilo, S.Kep., Ns. M.Kep
NIDN. 0627097501



PERNYATAAN ORISINILITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini saya,

Nama : RARAS SIDOASIH
NIM : 020118A047
Program Studi/ Fakultas : Kesehatan Masyarakat/Kesehatan

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi berjudul "**GAMBARAN PERILAKU UPAYA PENCEGAHAN HIPERTENSI PADA REMAJA DI SMP NEGERI 1 BANDUNGAN KABUPATEN SEMARANG**" adalah karya ilmiah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik apapun di Perguruan Tinggi manapun
2. Skripsi ini merupakan ide dan hasil karya murni saya yang dibimbing dan dibantu oleh tim pembimbing dan narasumber.
3. Skripsi ini tidak memuat karya atau pendapat orang lain yang telah dipublikasikan kecuali secara tertulis dicantumkan dalam naskah sebagai acuan dengan menyebut nama pengarang dan judul aslinya serta dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran di dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh dan sanksi lain sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Ngudi Waluyo.

Pembimbing,


Ita Puji Lestari, S. KM., M.Kes
NIDN. 0617038801

Ungaran, 26 April 2022
Yang membuat pernyataan,



Raras Sidoasih
NIM. 020118A047

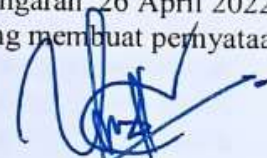
PERNYATAAN KESEDIAAN PUBLIKASI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : RARAS SIDOASIH
NIM : 020118A047
Program Studi/ Fakultas : Kesehatan Masyarakat/Kesehatan

Menyatakan memberikan kewenangan kepada Universitas Ngudi Waluyo untuk menyimpan, mengalih media/ memformatkan, merawat dan mempublikasikan skripsi saya yang berjudul **“GAMBARAN PERILAKU UPAYA PENCEGAHAN HIPERTENSI PADA REMAJA DI SMP NEGERI I BANDUNGAN KABUPATEN SEMARANG”** untuk kepentingan akademis.

Ungaran, 26 April 2022
Yang membuat pernyataan,



Raras Sidoasih
020118A047

Universitas Ngudi Waluyo
Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan
Skripsi, Juni 2022
Raras Sidoasih
020118A047

GAMBARAN PERILAKU UPAYA PENCEGAHAN HIPERTENSI PADA REMAJA DI SMP NEGERI 1 BANDUNGAN KABUPATEN SEMARANG

ABSTRAK

Latar Belakang : Prevalensi hipertensi di Jawa Tengah dengan hipertensi sebesar 37,57%. Jumlah estimasi penderita hipertensi berusia > 15 tahun 2019 sebanyak 8.070.378 orang atau sebesar 30,4% dari seluruh penduduk berusia > 15 tahun. Kabupaten Semarang menempati posisi ke 15 terbanyak yang menderita hipertensi dari 36 Kabupaten/kota di Jawa Tengah. Pada tahun 2019 didapatkan presentase pelayanan kesehatan hipertensi penduduk > 15 tahun di Kabupaten Semarang sebanyak 57,2%

Metode : Penelitian ini menggunakan jenis penelitian studi deskriptif kuantitatif, dengan pendekatan *cross-sectional*. Samprel yang diambil sebanyak 157 responden yang dipilih menggunakan metode *accidental sampling*. Instrumen penelitian ini adalah kuesioner, yang dianalisis menggunakan yaitu analisis univariat.

Hasil : Hasil dari penelitian menunjukkan siswa hipertensi 53 (33,8%), siswa tidak rutin melakukan cek kesehatan 59 (62,4%), siswa yang tidak memiliki perilaku menghindari asap rokok 43 (27,4%), siswa tidak melakukan aktifitas fisik 83 (52,9%), siswa pola konsumsi makanan bergizi tidak baik 44 (28%), siswa pola istirahat yang tidak cukup 69 (43,9) siswa pola istirahat yang tidak cukup, siswa memiliki perilaku kelola stress.
156 (99,4%)

Simpulan : Sebagian besar siswa memiliki tekanan darah dengan kategori hipertensi sebanyak 53 (33,8%), cek kesehatan sebanyak 98 (62,4%), menghindari asap rokok sebanyak 114 (72,6%), aktifitas fisik sebanyak 83 (52,9%), pola mengkonsumsi makanan bergizi sebanyak 113 (72%), pola istirahat 88 (56,1%), dan pengelolaan stress sebanyak 156 (99,4%).

Kata Kunci : Hipertensi, Remaja, Pencegahan

Ngudi Waluyo University
Study Program Of Public Health, Fakultas Of Health Sciences
Final project, June 2022
Raras Sidoasih
020118A047

**BEHAVIORAL DESCRIPTION OF HYPERTENSION PREVENTION
EFFORTS IN ADOLESCENTS AT SMP NEGERI 1 BANDUNGAN,
SEMARANG REGENCY**

ABSTRACT

Background: *The prevalence of hypertension in Central Java with hypertension is 37.57%. The estimated number of people suffering from hypertension > 15 in 2019 was 8,070,378 people or 30.4% of the entire population aged > 15 years. Semarang Regency maintains the 15th position of the most people suffering from hypertension from 36 regencies/cities in Central Java. In 2019, the percentage of hypertension health services for the population of > 15 years in Semarang Regency was 57.2%*

Methods: *This research uses a quantitative descriptive type of study research, with a cross-sectional approach. Samprel taken by 157 respondents was selected using motede accidental sampling. This research instrument is a questionnaire, which is analyzed using a univariate analysis.*

Results: *The results of the study showed hypertensive students 53 (33.8%), students did not routinely do health checks 59 (62.4%), students who did not have behaviors handling cigarette smoke 43 (27.4%), students did not do physical activity 83 (52.9%), students who consumed nutritious food patterns were not good 44 (28%), students had insufficient rest patterns 69 (43.9) students with insufficient rest patterns, students have stress management behaviors.*

Conclusion: *Most of the students had blood pressure with hypertension category of 53 (33.8%), health checks as many as 98 (62.4%), avoiding smoking smoke as much as 114 (72.6%), physical activity as much as 83 (52.9%), patterns of consuming nutritious foods as much as 113 (72%), rest patterns 88 (56.1%), and stress management as much as 156 (99.4%).*

Keywords: *Hypertension, Adolescence, Prevention*

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, segala puji syukur atas kehadiran Allah SWT karena rahmat dan hidayah-Nya penulis diberikan kemudahan dan kelancaran, sehingga dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Gambaran Perilaku Upaya Pencegahan Hipertensi Pada Remaja Di SMP Negeri 1 Bandungan”

Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat Universitas Ngudi Waluyo.

Dalam kesempatan ini, penulis menyampaikan ucapan terimakasih kepada berbagai pihak yang telah memberikan bantuan dan dukungan, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulis menyampaikan terimakasih kepada :

1. Bapak Eko Susilo, S.Kep.,Ns., M.Kep selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo.
2. Ibu Sri Wahyuni, S.KM., M.Kes selaku Ketua Program Studi Kesehatan Masyarakat
3. Bapak Asih Susatyo, S.Pd, M.Pd selaku Kepala Sekolah SMP Negeri 1 Bandungan yang telah memberikan ijin atas penelitian ini.
4. Ibu Ita Puji Lestari, S.KM.,M.Kes selaku dosen pembimbing yang telah banyak meluangkan waktu dan memberikan bimbingannya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak dan Ibu dosen Program Studi Kesehatan Masyarakat Universitas Ngudi Waluyo
6. Kedua orang tua saya, Bapak dan Ibu terimakasih atas segala doa, kasih sayang, dan dukungan yang telah kalian berikan selama ini
7. Siswa dan Siswi SMP Negeri 1 Bandungan atas kesediaan dan kerjasamanya dalam penelitiannya.
8. Para teman-teman saya (Ilham Pradana, Deka Susanto, Zulfa Falana, Anastasia Adelia, Vivi Ladhina, Febila Saynanda, Hasna Nafi), terima kasih telah menemani, membantu, dan menyemangati saya demi kelancaran proses penelitian.

9. Teman-teman satu angkatan Public Health 2018.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan ini masih jauh dari katasempurna, namun penulis berharap semoga dapat bermanfaat bagi semua pihak.

Ungaran, 2 Juni 2022

Penulis

DAFTAR ISI

COVER JUDUL	i
COVER DALAM	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
PERNYATAAN ORISINIL	v
KESEDIAAN PUBLIKASI.....	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT.....	viii
PRAKATA.....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan	5
D. Manfaat Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
A. Tinjauan Toeritis	7
B. Kerangka Teori.....	29
C. Kerangka Konsep.....	30
BAB III METODE PENELITIAN.....	31
A. Desain Penelitian.....	31
B. Lokasi Penelitian.....	31
C. Subjek Penelitian	32
D. Variabel Penelitian	33
E. Definisi Operasional.....	34
F. Pengumpulan Data	36

G. Pengolahan Data.....	37
H. Analisis Data	39
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	40
A. Gambaran Obyek Penelitian	40
B. Hasil Penelitian dan Pembahasan	40
BAB V PENUTUP.....	59
A. Simpulan	59
B. Saran.....	61
DAFTAR PUSTAKA	62

DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 Kerangka Teori	29
Bagan 2.2 Kerangka Konsep.....	30

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Definisi Operasional	35
Tabel 3.2	Instrumen Penelitian	37
Tabel 4.1	Distribusi karakteristik responden Pada Remaja Di SMP Negeri 1 Bandungan Kabupaten Semarang	40
Tabel 4.2	Distribusi Frekuensi Hipertensi Pada Remaja Di SMP Negeri 1 Bandungan Kabupaten Semarang	41
Tabel 4.3	Distribusi Frekuensi perilaku cek kesehatan Pada Remaja Di SMP Negeri 1 Bandungan Kabupaten Semarang	44
Tabel 4.4	Distribusi Frekuensi perilaku menghindari asap rokok Pada Remaja di SMP Negeri 1 Bandungan Kabupaten Semarang	45
Tabel 4.5	Distribusi Frekuensi pola aktivitas fisik pada remaja di SMP Negeri 1 Bandungan Kabupaten Semarang	46
Tabel 4.6	Distribusi frekuensi perilaku pola konsumsi makanan bergizi pada remaja di SMP Negeri 1 Bandungan Kabupaten Semarang	50
Tabel 4.7	Distribusi Frekuensi perilaku pola istirahat yang cukup pada remaja di SMP Negeri 1 Bandungan Kabupaten Semarang	55
Tabel 4.8	Distribusi frekuensi perilaku pengelolaan stres pada remaja di SMP Negeri 1 Bandungan Kabupaten Semarang	57